

Wellnessbehandlung

❖ Gesichtsbehandlung „Klassik“ für Damen und Herren

- ausführliche Hautdiagnose
- vorbereitende Hautreinigung, Peeling
- Vapozon
- entfernen von Hautunreinheiten
- Augenbrauenkorrektur
- hochwirksames, pflegendes Ampullenkonzentrat
- Augen- und Lippenpflege
- Massage – Gesicht, Hals, Dekollete
- entspannende Maske und Abschlusspflege

ca. 90 Minuten **60,00 Euro**
auf Wunsch Tages- oder Abend-Make up

Verwöhnbehandlung

Entdecken Sie die Geheimnisse strahlender Schönheit!

❖ Wie Gesichtsbehandlung „Klassik“,

jedoch zusätzlich Nacken-, Arm- und Handmassage sowie eine Handpackung

ca. 120 Minuten **78,00 Euro**

Zusatzbehandlungen

❖ Für beneidenswerte Augenblicke!

- Wimpern färben **12,00 Euro**
- Brauen färben **9,00 Euro**
- Augenbrauenkorrektur **ab 7,00 Euro**
- Wimperndauerwelle **26,00 Euro**

❖ Schonende Haarentfernung mit Warmwachs

- Oberlippe **10,00 Euro**
- Oberlippe mit Kinn **14,00 Euro**
- Beine (Unterschenkel bis Knie) **28,00 Euro**
- Beine (Unter-, und Oberschenkel) **50,00 Euro**
- Bikinizone **18,00 Euro**

❖ Make up

- Tages Make up **15,00 Euro**
- Abend Make up **18,00 Euro**
- Tages Make up mit Wirkstoffampulle **25,00 Euro**
- Abend Make up mit Wirkstoffampulle **48,00 Euro**
- Wirkstoffampulle zusätzlich **12,00 Euro**
- Ausführliche Make up-Beratung **kostenfrei**

❖ Für gepflegte Hände

- Maniküre **22,00 Euro**
- Paraffinbad, reinigen, Peeling, Massage, Handcreme (ca. 40 Min.) **29,00 Euro**
- Nägel lackieren **6,00 Euro**

❖ Für gepflegte Füße

- Medizinische Fußpflege (ca. 60 Min.) **25,00 Euro**
- Nägel lackieren **5,00 Euro**

Vitalisierende Körperbehandlungen

Auf Wunsch im Zimmer

❖ Ganzkörper-Peeling

- Vollmeersalz und Hautfunktionsöl **28,00 Euro**
- mit anschließender Ganzkörpermassage **89,00 Euro**

ca. 90 Minuten

Hautfunktionsöl:

Unterstützt die Regeneration der Zellfunktion, verbessert die Hautelastizität und macht die Haut samtweich und geschmeidig. Sehr reich an Vitamin A und E.

Vollmeersalz:

Enthält alle Mineralstoffe des Meeres im natürlichen Mengenverhältnis. Es hat einen hohen Gehalt an Kalium- und Magnesiumsalzen.

Körperbehandlungen

Schön und vital in den neuen Tag, entspannt in den Abend!

❖ Klassische Körpermassage:

entspannend und harmonisierend

ca. 60 Minuten **49,00 Euro**

❖ Rückenmassage:

ausgleichend und beruhigend

ca. 25 Minuten **32,00 Euro**

❖ Fuß- und Beinmassage:

Abbau von Stauungen, die Blutzirkulation wird stimuliert

ca. 30 Minuten **32,00 Euro**

❖ Vital Massage:

Fernöstliche und westliche Massagetechniken, Anti-Stress-Balsam

ca. 60 Minuten + 15 Minuten ruhen **49,00 Euro**

Ayurvedische Massage

❖ Abhyanga Ayurvedische Ganzkörper-Ölmassage:

Der Körper wird weich und geschmeidig. Das Immunsystem und das allgemeine Abwehrsystem erfahren eine grundlegende Stärkung.

Zweihand, ca. 60 Minuten **75,00 Euro**

❖ Padabhyanga, Ayurvedische Fußmassage:

Hilft gegen Schlafstörungen, Nervosität, Kopfschmerzen, Kältegefühl. Sie beginnt mit einer kleinen Gesicht- und Kopfmassage und ist eine wirkungsvolle Massagetechnik mit speziellen Griffen und Ausstreichungen an Füßen, Waden und Knien.

ca. 60 Minuten **60,00 Euro**

❖ **Mukabhyanga und Shirobhyanga – Gesicht-, Bauch- und Kopfmassage:**

Sie beseitigt Sorgen, Stress, Ängste und schenkt eine große Fülle an Liebe, Harmonie, innerer Stärke und Ausgeglichenheit.

ca. 50 Minuten 49,00 Euro

❖ **Ayurvedische Rückenmassage – mit Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage:**

ca. 50 Minuten 49,00 Euro

❖ **Garshan – Ayurvedische Rohseidenhandschuh Ganzkörpermassage:**

Sie ist eine anregende Trockenmassage mit Handschuhen aus Rohseide. Die Massage bewirkt eine bessere Durchblutung des Bindegewebes, sie wird vor allem zur Gewichtsreduktion und Gewebestraffung eingesetzt; mit Ayurvedischen Kräutern.

ca. 60 Minuten 60,00 Euro

❖ **Yoga Einzelunterricht im Landhaus Sonnenhof, anschließend Abhyanga Ganzkörpermassage:**

Der Yogaunterricht ist auf individuelle Bedürfnisse und Probleme abgestimmt. In Verbindung mit der anschließenden Massage ein sehr tiefgreifendes, wohltuendes Erlebnis.

60 Minuten Yoga und 60 Minuten Massage 139,00 Euro

❖ **Gruppen-Unterricht im Yoga-Studio**

Hauptstraße 31, 53518 Adenau

Nach Vereinbarung

Mo. 9.00 – 18.00 Uhr Di. ab 19.00 Uhr

Do. 9.30 – 18.00 Uhr

Yoga Unterricht in der Gruppe (8–10 Teilnehmer)

pro Person und Stunde, 10,00 Euro
bei Frau Friedrich im Yoga-Studio.

Sie wollen jemandem eine Freude bereiten!?

Selbstverständlich erhalten Sie bei uns auch Gutscheine zu besonderen Anlässen, oder einfach nur so. Mit dem Gutschein möchten wir Ihnen das Schenken schön und leicht machen.

Ganz gleich, wann und wem sie eine Freude bereiten oder Danke sagen wollen, Sie bestimmen den Gegenstand oder den Wert des Geschenkes.

Wir arbeiten mit Qualitätsprodukten von:

Biodroga, La mer

*Schönheit und Wohlbefinden
sollen kein Luxus sein,
sondern eine Lebensphilosophie!*



Silencehotel Landhaus Sonnenhof GmbH

Sonnenberg 10 · 53518 Adenau
Telefon: 0 26 91 / 70 34 o. 9 22 70
Telefax: 0 26 91 / 86 64
E-Mail: info@sonnenhof-adenau.de
Internet: www.sonnenhof-adenau.de



Harmonie...
...für Körper, Geist und Seele!



**Die besten und schönsten Dinge auf der Welt
kann man nicht sehen oder anfassen;
man muss sie einfach nur genießen.
Schenken Sie sich Schönheit!**